

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園
115 學年度第一學期 8 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心	8/3 時令水果兩種	8/4 時令水果兩種	8/5 時令水果兩種	8/6 時令水果兩種	8/7 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 炸土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 蝦皮高麗菜	• 糙米飯 • 滷筍乾控肉 • 時令蔬菜 • 玉米炒蛋	• 糙米飯 • 滷小雞腿 • 時令蔬菜 • 魚板蒸蛋	• 糙米飯 • 塔香雞丁 • 時令蔬菜 • 雙色花椰菜	• 雞絲蛋炒飯 • 時令蔬菜
		菠菜蛋花湯	大黃瓜貢丸湯	鮭魚豆腐味噌湯	雙色蘿蔔玉米湯	吻仔魚莧菜湯
	午點心	黑糖饅頭	關東煮	雞絲麵	古早味雞蛋餅	小麵包
第二週	早點心	8/10 時令水果兩種	8/11 時令水果兩種	8/12 時令水果兩種	8/13 時令水果兩種	8/14 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 鵪鶉蛋滷肉燥 • 時令蔬菜 • 茼蒿炒銀芽	• 糙米飯 • 梅干扣肉 • 時令蔬菜 • 絲瓜金針菇	• 糙米飯 • 糖醋雞丁 • 時令蔬菜 • 白菜滷	• 糙米飯 • 馬鈴薯燉肉 • 時令蔬菜 • 芹菜甜不辣	• 什錦燴飯 • 時令蔬菜
		竹筍排骨湯	南瓜濃湯	鮮菇湯	金針排骨湯	奶油磨菇濃湯
	午點心	水煮玉米	皮蛋瘦肉粥	仙草蜜	麵疙瘩	小麵包
第三週	早點心	8/17 時令水果兩種	8/18 時令水果兩種	8/19 時令水果兩種	8/20 時令水果兩種	8/21 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 瓜子蒸肉 • 時令蔬菜 • 蔥蛋	• 糙米飯 • 豆干炒肉絲 • 時令蔬菜 • 蒜香地瓜葉	• 糙米飯 • 三杯杏鮑菇 • 時令蔬菜 • 炒麵腸	• 糙米飯 • 滷筍乾控肉 • 時令蔬菜 • 櫛瓜炒雙菇	• 海鮮烏龍麵 • 時令蔬菜
		牛蒡雞湯	肉羹湯	豆腐海帶芽湯	蛤蠣絲瓜湯	玉米濃湯
	午點心	香鬆飯糰	鍋燒烏龍麵	鮮魚粥	蔥油餅	小麵包
第四週	早點心	8/24 時令水果兩種	8/25 時令水果兩種	8/26 時令水果兩種	8/27 時令水果兩種	8/28 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 蒜泥白肉 • 時令蔬菜 • 螞蟻上樹	• 糙米飯 • 螞蟻上樹 • 時令蔬菜 • 糖醋里肌	• 糙米飯 • 蝦皮炒瓠瓜 • 時令蔬菜 • 滷海帶豆干	• 糙米飯 • 蔥爆雞柳 • 時令蔬菜 • 蒜香空心菜	• 手工水餃 • 時令蔬菜
		蓮藕排骨湯	鮭魚豆腐味噌湯	紫菜蛋花湯	冬瓜排骨湯	酸辣湯
	午點心	水煮蛋	檸檬愛玉	綠豆湯	蔬菜煎餅	小麵包
第五週	早點心	8/31 時令水果兩種				
	午 餐	• 糙米飯 • 樹子蒸魚 • 時令蔬菜 • 麻婆豆腐				
		香菇雞湯				
	午點心	奶皇包				

【註】＊水果之廠商為「四季水果食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」；水餃之廠商為「金寶水餃」；餐點皆由廚工烹調

＊菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

＊食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：